



52. Brockenlauf

Ilseburg / 02.09.2023

□□□□

Dieckmann, Jan-Philip

□□: Volkswagen R Trailrunning

□□: 492

□□: 26.20 km

26,2 km - Lauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

□□□: 1:56:45

□□: 13.46 km/h

□□□□: 4:28 min/km

□□□□□/□□□: 6 (of 537)

□□□□□/□: 6 (of 440)

□□□□□□: 1:41:44

□□□□□: 2(of 47)

□□□□□□□: 1:41:44

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ km	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Loddenke	3.30	14:09	4:17	3	1:57	12	1:57	3.30	14:09	4:17	3	1:57	12	1:57	
Schlüsie	3.10	16:24	5:17	5	3:00	23	3:00	6.40	30:33	4:46	3	4:57	13	4:57	
Hermannsklippe	2.60	14:15	5:28	4	2:21	20	2:21	9.00	44:48	4:58	4	7:18	15	7:18	
Brocken	3.10	23:37	7:37	4	5:24	26	5:24	12.10	1:08:25	5:39	4	12:42	18	12:42	
Eiserner Handwe	3.60	13:13	3:40	2	0:37	3	0:37	15.70	1:21:38	5:11	3	13:19	11	13:19	
Schlüsie	4.10	12:56	3:09	2	0:59	2	0:59	19.80	1:34:34	4:46	3	14:18	10	14:18	
Loddenke	3.10	10:31	3:23	2	0:27	2	0:27	22.90	1:45:05	4:35	3	14:45	7	14:45	
Ilseburg/Markt	3.30	11:40	3:32	2	0:16	2	0:16	26.20	1:56:45	4:27	2	15:01	6	15:01	